



Hubungan Antara Efikasi Diri Dalam Mengajar Dengan Tingkat Stres Pada Guru Anak Berkebutuhan Khusus di Yayasan Matahari Banyuwangi

Adinda Ayu Nisa^{1*}, Arrumaisha Fitri²

¹Universitas Islam Negeri Kiai Haji Ahmad Siddiq, Jember, Indonesia

²Universitas Islam Negeri Kiai Haji Ahmad Siddiq, Jember, Indonesia

*E-mail: adindaayunisa2000@gmail.com

Keywords

Self-Efficacy; Stress Level, Teacher of Children With Special Needs

Abstract

This research is motivated by the importance of education for children with special needs (ABK). Being an ABK teacher is one of the most challenging and stressful jobs in the world of education. The various demands of being an ABK teacher also become obstacles in completing the tasks of being a ABK teacher. This is also felt by ABK teachers at the Matahari Banyuwangi Foundation. This will make teachers potentially experience work stress if they do not have self-confidence in their ability to complete their roles and be assigned. Confidence in one's abilities will lead to a greater feeling of internal control over the work one does. So that self-efficacy possessed by teachers is an important role in reducing work stress faced, with high self-efficacy individuals will have a strong feeling or belief in being able to complete certain tasks, so that individuals will be able to carry out various efforts to achieve goals and hopes of becoming a special needs teacher at the Matahari Banyuwangi Foundation. This research aims to determine the relationship between self-efficacy in teaching and stress levels in teachers of children with special needs at the Matahari Banyuwangi Foundation. This research uses a quantitative approach with a correlation type. Researchers used the entire population and the testing strategy used was the saturated sampling method. The data collection technique in this research used a questionnaire. The instrument in this research uses two scales, namely the self-efficacy scale and the stress level scale. This scale has gone through a validity test with the overall item result being $r_{count} > r_{table}$ (r_{table} of 0.361 for $N = 5\%$) and also through a reliability test with Cronbach's Alpha results > 0.60 . The data analysis technique used is the Pearson product moment correlation test. The correlation test carried out obtained a significance value of $0.000 < 0.05$. The value obtained was 0.831. Self-efficacy in this study contributed 83.1% to stress levels and the remaining 16.9% was influenced by factors other than the variables examined in the research. In conclusion, the hypothesis proposed by researchers in this study can be accepted, namely that there is a significant relationship between self-efficacy in teaching and stress levels in teachers of children with special needs at the Matahari Banyuwangi Foundation.

Kata Kunci

Efikasi Diri; Tingkat Stres; Guru Anak Berkebutuhan Khusus

Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh pentingnya pendidikan bagi anak berkebutuhan khusus (ABK) Dimana menjadi guru ABK termasuk salah satu pekerjaan yang cukup sulit dan menantang dalam dunia pendidikan. Beragam tuntutan menjadi guru ABK juga menjadi penghambat dalam penyelesaian tugas menjadi guru ABK. Hal ini juga dirasakan oleh guru ABK di Yayasan Matahari Banyuwangi. Hal ini akan membuat para guru berpotensi mengalami stres kerja jika tidak memiliki keyakinan diri atas kemampuan menyelesaikan peran dan tugasnya. Keyakinan akan



kemampuan yang dimiliki akan mengarahkannya pada perasaan kontrol dalam diri yang lebih besar pada pekerjaan yang dilakukannya. Sehingga efikasi diri yang dimiliki oleh guru merupakan salah satu peran penting didalam penurunan stres kerja yang dilalui, dengan adanya efikasi diri yang tinggi seseorang akan memiliki rasa atau keyakinan yang kuat untuk mampu menyelesaikan tugas tertentu, sehingga individu akan mampu melakukan berbagai usaha yang dilakukan untuk mencapai tujuan dan harapan sebagai guru ABK di Yayasan Matahari Banyuwangi. Penelitian yang dilakukan oleh peneliti ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dalam mengajar dengan tingkat stres pada guru anak berkebutuhan khusus di Yayasan Matahari Banyuwangi. Penelitian ini memakai jenis pendekatan kuantitatif dengan jenis korelasi. Peneliti menggunakan keseluruhan populasi dan teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah metode sampling jenuh. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan angket (kuisisioner). Instrumen dalam penelitian ini menggunakan dua skala yakni skala efikasi diri dan skala tingkat stres. Skala dalam penelitian ini sudah melewati pengujian validitas dengan keseluruhan hasil yang didapat dari r hitung $> r$ tabel (r tabel sebesar 0,361 untuk $\alpha = 5\%$) dan juga sudah melalui tahap pengujian reliabilitas dengan hasil Cronbach'a Alpha $> 0,60$. Teknik analisis data yang dipakai yakni teknik uji korelasi product moment pearson. Uji korelasi yang dilakukan memperoleh hasil signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ Besar nilai r yang didapatkan yakni 0,831. Efikasi diri pada penelitian ini memberikan sumbangan sebesar 83,1 % terhadap tingkat stres dan sisanya 16,9 % dipengaruhi oleh faktor lain selain variabel yang diteliti dalam penelitian. Kesimpulannya hipotesis dalam penelitian ini yang diajukan oleh peneliti diterima yakni terdapat adanya hubungan yang signifikan antara efikasi diri dalam mengajar dengan tingkat stres pada guru anak berkebutuhan khusus di Yayasan Matahari Banyuwangi.

Pendahuluan

Pendidikan merupakan salah satu sarana yang dapat digunakan guna membantu mengembangkan dan meningkatkan ketrampilan serta kemampuan yang ada terdapat dalam diri individu, juga untuk menambah ilmu pengetahuan pada setiap individu. Setiap manusia yang terlahir mempunyai hak yang sama dalam pendidikan dan hak untuk memperoleh pendidikan yang sama yang disesuaikan dengan kebutuhannya. Pendidikan merupakan hak bagi keseluruhan peserta didik yang mana, pendidikan ini digunakan untuk mengembangkan potensi pada setiap individu, termasuk dalam hal ini adalah anak dengan berkebutuhan.

Anak berkebutuhan khusus (ABK) yakni anak dengan proses didalam pertumbuhan dan perkembangan mengalami kecacatan atau penyimpangan (fisik, kognitif, interaksi sosial & emosi) yang signifikan dibandingkan dengan anak seusianya.¹ Anak dengan kebutuhan khusus atau anak luar biasa adalah anak-anak dengan perbedaaan dalam dirinya yang berbeda dengan anak normal lainnya didalam

¹ Rahma Kartika Cahyaningrum, "Tinjauan Psikologis Kesiapan Guru Dalam Menangani Peserta Didik Berkebutuhan Khusus Pada Program Inklusi (Studi Deskriptif Di Sd Dan Smp Sekolah Alam Ar-Ridho)" volume 1 nomor 1, Educational Psychology Journal, 2012, 2

segi karakteristik mental, fisik, sensasi, perilaku sosial & emosional, komunikasi dan interaksi, ataupun gabungan dari dua atau lebih ini.² Dikatakan sebagai anak berkebutuhan khusus apabila terdapat atau anak memiliki sesuatu yang kurang atau sesuatu lebih yang ada pada diri anak dan berbeda dengan anak normal lainnya, yang dalam hal ini tanpa selalu tertuju akan cacat mental emosional ataupun fisiknya.³

Anak berkebutuhan khusus memerlukan tempat untuk mengembangkan bakat dan kemampuan yang dimilikinya agar mereka dapat diterima di lingkungan sekitarnya. Pengajaran yang ditujukan untuk anak dengan berkebutuhan akan memberi kesempatan untuk anak-anak berkebutuhan agar mendapat kesempatan dalam pendidikan dan layanan khusus sesuai dengan kebutuhannya. Pengajaran luar biasa merupakan pengajaran yang diperuntukkan bagi anak yang memiliki kebutuhan khusus yang mengalami hambatan ketika mengikuti pembelajaran yang disebabkan karena adanya kecacatan fisik, emosi, mental, interaksi sosial ataupun anak dengan potensi dan kecerdasan khusus.

Anak berkebutuhan khusus umumnya memperoleh pengajaran di sekolah luar biasa atau (SLB) namun, tidak hanya di SLB saja anak-anak dengan berkebutuhan juga berhak mendapatkan pengajaran yang sesuai dengan kebutuhannya, baik di sekolah ataupun layanan yang memberikan penanganan bagi anak-anak yang memiliki kebutuhan khusus. Salah satu pendidikan yang diperuntukkan bagi anak-anak dengan berkebutuhan khusus yang ada di Banyuwangi yaitu Yayasan Matahari Banyuwangi. Yayasan ini sebagai salah satu yayasan yang bergerak dalam bidang sosial di Banyuwangi guna memberikan bantuan untuk anak-anak dengan berkebutuhan khusus. Fokus utama pada yayasan ini yakni pada pendidikan, terapi dan pengembangan keterampilan hidup.⁴

Memberi pengajaran teruntuk anak dengan berkebutuhan khusus tidaklah mudah, diperlukan kesiapan yang matang dalam mengajar anak berkebutuhan khusus agar mampu menangani peserta didik berkebutuhan khusus dengan baik. Kesiapan tenaga pendidik anak berkebutuhan khusus akan tercapai apabila terpenuhinya perpaduan faktor-faktor, yakni faktor dari tingkat kematangan, pengalaman dan keadaan mental juga emosional yang seimbang.⁵ Tingkat kesabaran tinggi, komitmen yang besar, memiliki pemahaman yang baik tentang psikologi anak dan ketrampilan untuk membantu perkembangan anak dengan berkebutuhan khusus juga salah satu hal yang harus dimiliki oleh tenaga pendidik anak berkebutuhan khusus.

Pekerjaan sebagai guru pendidikan khusus adalah salah satu profesi yang cukup sulit dan menantang dalam dunia pendidikan. Para pendidik anak-anak dengan berkebutuhan khusus juga dituntut untuk dapat memahami berbagai perbedaan

² Bunga Faramita Siregar, Ayudia Popy Sesili, "Hubungan Antara Efikasi Diri Dan Stres Kerja Pada Guru SLB Daerah Tapanuli Bagian Selatan", vol 3 (1), Jurnal Islamika Granada, 2022, 22

³ Irdamurni, "memahami anak berkebutuhan khusus", (jawa barat : goresan pena, 2018), hal 4

⁴ Andreina, diwawancarai oleh penulis, Banyuwangi, 30 Oktober 2022

⁵ Rahma Kartika Cahyaningrum, "Tinjauan Psikologis Kesiapan Guru Dalam Menangani Peserta Didik Berkebutuhan Khusus Pada Program Inklusi (Studi Deskriptif Di SD Dan SMP Sekolah Alam Ar-Ridho)", Educational Psychology Journal 1 (1), 2012 Hal 3

karakter anak yang berbeda-beda yang sesuai dengan kebutuhan khusus yang dimiliki.⁶ Hal-hal seperti perbedaan kemampuan didalam memahami pelajaran, melatih keterampilan yang dimiliki oleh anak, melatih kemandirian pada anak dalam mengurus diri. Para guru anak berkebutuhan khusus dituntut untuk mampu mengelola emosi dengan baik, memahami karakter dari siswa kebutuhan khusus, mampu menguasai teknik belajar dan dasar pembelajaran bagi anak berkebutuhan khusus, berkomunikasi dengan baik, serta penilaian pembelajaran bagi siswa dengan kebutuhan khusus.⁷ Tuntutan menjadi guru pendidikan khusus tidak hanya pada peserta didik saja, beragam tuntutan dari orang tua peserta didik juga menjadi salah satu tuntutan yang cukup berat bagi tenaga pendidik anak berkebutuhan khusus. Beragam tuntutan dalam melaksanakan tugasnya dirasa cukup berat bagi seorang tenaga pendidik anak berkebutuhan khusus.

Berbagai ketidakmudahan menjadi seorang guru pendidikan khusus dan juga tantangan dalam menghadapi anak dengan kebutuhan khusus didalam kegiatan belajar mengajar, tak jarang menimbulkan beban mental bagi seorang guru pendidikan khusus, sehingga menyebabkan para pendidik mengalami stress dalam menyelesaikan tugasnya menjadi guru anak berkebutuhan khusus bila rasa percaya diri akan kemampuan yang dimilikinya kurang dalam penyelesaian tugas yang diberikan. Guru yang cenderung mempresepsikan tugasnya sebagai tugas yang sulit dan beban berat untuk dilakukan serta tidak percaya diri dalam menyelesaikan tugas dalam menangani anak dengan kebutuhan khusus dapat menimbulkan stress para guru.⁸

Safarino mengungkapkan stress merupakan anggapan situasi individu dari interaksi antar individu dengan lingkungan sekitar yang menyebabkan ketidakharmonisan antara tuntutan situasi dan sumberdaya biopsikososial. Stress yang berlebihan dapat mengancam kemampuan dalam diri seseorang dalam menghadapi keadaan, baik keadaan dalam diri ataupun keadaan lingkungan. Adanya ketidakseimbangan dalam diri individu diantara tuntutan dan juga kemampuan yang dimiliki oleh setiap individu akan menyebabkan ketimpangan yang lebih tinggi pula, hal itu pula yang menjadi penyebab stress yang lebih tinggi.

Silverman, mengungkapkan bahwa stress merupakan reaksi tubuh akan perubahan yang memerlukan reaksi fisik, psikologis dan emosional. Stress bisa disebabkan oleh suasana, keadaan, pikiran yang menyebabkan individu merasakan kemarahan, kegugupan, frustrasi dan kecemasan.⁹ Dalam pengertian secara umum stress terjadi apabila seseorang atau individu dihadapkan dengan peristiwa ataupun keadaan yang membuat individu merasakan sebagai sesuatu yang mengancam kesehatan fisik ataupun psikologisnya¹⁰ Stress merupakan suatu kondisi yang terjadi akibat ketegangan

⁶ Amin Mustofa, " Sikap Guru Kelas Terhadap Anak Berkebutuhan Khusus Di Sekolah Dasar Inklusif Wilayah Kabupaten Magelang" *Jurnal Widia Ortodidaktika* Vol 6 No 3 Tahun 2017 Hal.282

⁷ Mumfatiha Kurnia Putri,Zaini Sudarto," Studi Deskriptif Kompetensi Guru Dalam Proses Pembelajaran Anak Berkebutuhan Khusus", *Studi Deskriptif Kompetensi Guru Dalam Proses Pembelajaran Anak Berkebutuhan Khusus*, hal.5

⁸ Rahayu Pertiwi Sari ,Agustin Handayani," Hubungan Efikasi Diri Dan Stres Kerja Pada Guru Sekolah Luar Biasa Negeri Semarang" , *Proyeksi*, Vol.12 (2) 2017 Hal. 54

⁹ Lina Nur Hidayati, Mugi Harsono, "Tinjauan Literatur Mengenai Stres Dalam Organisasi", *jurnal Ilmu Manajemen*, Volume 18, Nomor 1, 2021 hal 21

¹⁰ Rita L Atkison, Dkk, " Pengantar Psikologi Jilid 2" , (Tanggerang:Interkasara Publisher)Hlm 338

yang dialami individu yang dapat mempengaruhi emosi, pola pikir dan juga kondisi dari individu tersebut.¹¹

Menurut Beehr & Newman stress kerja merupakan kondisi yang tumbuh dalam hubungan diantara individu dengan pekerjaan. Berdasarkan penelitian, diketahui bahwa stres kerja juga akan mempengaruhi terhadap kinerja pada guru maka, semakin meningkat kondisi stres yang dirasakan oleh guru akan menyebabkan keproduktifan dan kinerja guru akan semakin buruk¹²

Stress merupakan suatu tuntutan dari dalam ataupun tuntutan dari luar yang melebihi penyesuaian yang ada dalam diri individu.¹³ Setiap individu sendiri dalam memaknai stress dapat memberikan makna yang berbeda beda, namun pada hakikatnya stress yang dialami oleh individu merujuk pada kondisi yang dialami oleh individu yang mengalami adanya tuntutan-tuntutan yang berlebih pada emosi dalam satu waktu sehingga menyebabkan individu sulit dalam memfungsikan secara positif dalam kehidupan.

Terdapat beberapa keadaan atau peristiwa yang dialami dan dirasakan oleh sebagian besar orang sebagai stress. Keadaan tersebut dapat memunculkan cukup banyak gejala yang dirasakan baik dari reaksi psikologis maupun reaksi fisiologis terhadap stress¹⁴ seperti kelelahan, mudah marah, gelisah, cemas dan penurunan dalam kualitas dalam bekerja. Stres mampu meningkatkan emosi, mengurangi kemampuan dalam berpikir secara cerdas dan rasional, serta mempengaruhi dan mengganggu dalam pengambilan keputusan seseorang.

Stres diasumsikan berdasarkan landaskan yang disimpulkan bahwa stress merupakan kurang atau tidak adanya kecocokan individu dengan lingkungan yang mengakibatkan ketidakmampuan diri dalam menghadapi tuntutan terhadap dirinya.¹⁵ Stres juga berhubungan erat dengan efikasi diri yang dimiliki individu yang mengajar anak berkebutuhan khusus. Dalam penelitian dikatakan bahwa jika seseorang dengan efikasi yang baik akan lebih fokus terhadap tugas yang dihadapi dan fokus pada tujuan yang hendak dicapai dengan berbagai tantangan yang ada, seseorang dengan efikasi yang baik tidak akan mudah menyerah dalam mencapai sesuatu yang diharapkan. Apabila seseorang dengan efikasi diri baik, maka seseorang tersebut akan memberikan perhatian energi dalam tujuannya untuk mencapai target yang telah di jadwalkan.¹⁶

Beragam faktor yang menjadi penghambat dalam penyelesaian tugas menjadi guru anak berkebutuhan khusus membuat individu harus mempunyai kepercayaan untuk mampu menyelesaikan tugas yang diberikan. Keyakinan seseorang bahwa ia dapat

¹¹ Gusti Yuli Asih, Hardani Widhiastuti, Rusmalia Dewi " *Sress Kerja*", (Semarang: Semarang University Press, 2018)

¹² Fandi Muhbar1, Dwi Heppy Rochmawati2, " Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Beban Kerja Guru Di Sekolah Luar Biasa ", Vol 5 No 2, jurnal keperawatan jiwa, 2017, hal 84

¹³ Husmiati, "Stres Kerja Dari Perspektif Teori Sistem-Ekologi" Vol.4, No.03, Sosio Informa, 2018, Hal 581.

¹⁴ Rita L Atkison, Dkk, " Pengantar Psikologi Jilid 2", (Tangerang : Interkasara Publisher) Hlm 349-355

¹⁵ Gusti Yuli Asih, Hardani Widhiastuti, Rusmalia Dewi " *Sress Kerja*", (Semarang: Semarang University Press, 2018), Hlm 1

¹⁶ Rahayu Pertiwi Sari, Agustin Handayani, " Hubungan Efikasi Diri Dan Stres Kerja Pada Guru Sekolah Luar Biasa Negeri Semarang", , Proyeksi, Vol.12 (2) 2017 hal. 57

melakukan pekerjaannya dengan baik dan bertahan dari berbagai kesulitan yang muncul membuatnya merasa memiliki pengendalian emosi yang lebih besar dalam kinerjanya. Pengendalian emosi, atau kendali individu yang besar akan tugas mampu meningkatkan perasaan diri yang lebih bermakna. Efikasi diri berkaitan juga dengan keyakinan akan kemampuan yang sesuai dengan harapan.

Bandura mengungkapkan efikasi diri adalah keyakinan seseorang kemampuan untuk menyelesaikan sesuatu untuk memperoleh suatu hasil dalam situasi dan keadaan tertentu.¹⁷ Bandura menyatakan bahwa efikasi diri dapat mempengaruhi bagaimana orang merasakan, berpikir, dan melakukan tindakan tertentu.¹⁸ Bandura mengatakan bahwa efikasi diri mengarah akan kepercayaan dan kecakapan untuk mengurus serta melaksanakan perilaku yang dibutuhkan guna mengendalikan keadaan yang di hadapi¹⁹ Efikasi diri adalah aspek yang berhubungan akan informasi mengenai diri yang berpengaruh terhadap kehidupan. Efikasi diri mengarah pada keyakinan dalam diri seseorang akan kemampuan didalam menyelesaikan tugas yang ada, maka dalam hal ini ketika efikasi diri dalam individu semakin tinggi maka keyakinan dalam meraih keberhasilan akan juga akan meningkat.²⁰

Robbins & Judge mengungkapkan efikasi diri mengarah akan keyakinan dalam diri akan kecakapan individu dalam menyelesaikan suatu tugas, dalam hal ini semakin tinggi efikasi diri yang dimiliki maka semakin yakin bahwa dirinya akan berhasil. Seseorang dengan efikasi yang tinggi atau dengan kepercayaan yang tinggi, maka seseorang tersebut juga akan menjadi lebih yakin akan keberhasilan dalam mengerjakan suatu tugas.²¹ Efikasi diri seseorang memengaruhi tindakan, usaha, dan ketahanan mereka dalam mengatasi kesulitan yang dirasakan atau yang berkaitan dengan pengalaman yang kurang mengenakkan atau tidak dapat diterima dalam diri individu, serta cara berpikir dan reaksi emosional mereka.

Menurut Gist efikasi diri adalah kepercayaan akan kecakapan seseorang guna mengarahkan motivasi yang diperlukan, sumber kesadaran dan perilaku dalam situasi yang menuntut²² Efikasi diri oleh guru dalam pembelajaran akan memberikan pengaruh dalam pembelajaran seperti halnya dalam praktek pembelajaran didalam kelas, seorang pendidik dengan efikasi dalam pembelajaran memiliki potensi dalam model pembelajaran yang lebih beragam²³

Efikasi diri oleh guru adalah salah satu peran penting didalam penurunan stress kerja yang dihadapi, dengan adanya tingkat efikasi diri yang baik itu berarti, individu

¹⁷ Lina Arifah Fitriyah, dkk, *Menanamkan efikasi diri dan kesetabilan emosi*, (Jombang : lppm unhasy tebuireng jombang: 2019) 5

¹⁸ Titik Kristiani, *self regulated learning*, (yogyakarta:sanata dharma university: 2016) 83

¹⁹ Sri Florina Laurence Zagot, "Efikasi Diri Dalam Proses Pembelajaran", Volume 2 Nomor 2, Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran, Desember 2019, 388.

²⁰ Nyoman Wiraadi Tria Ariani, "Peran Efikasi Diri Guru Dalam Pendidikan Anak Usia Dini", Volume 6, No. 1, Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, April 2021, 98

²¹ Nyoman Wiraadi Tria Ariani, " Peran Efikasi Diri Guru Dalam Pendidikan Anak Usia Dini", Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Volume 6, No. 1, April 2021, 98

²²Marwan, Adnan Rajak, Anjas Mukti Yall, "Pengaruh Locus Of Control Dan Self-Efficacy Terhadap Komitmen Organisasi Pegawai Pada Balai Latihan Kerja (Blk) Di Kota Ternate" Jurnal Manajemen Sinergi (JMS), Vol. 6, No. 1, Oktober 2018, 5

²³ Ibid 98

akan mempunyai rasa atau kepercayaan yang tinggi untuk mampu menyelesaikan tugas tertentu, sehingga seseorang dapat melakukan berbagai upaya untuk mencapai tujuan dan harapannya. Yayasan Matahari Banyuwangi sendiri adalah yayasan sosial di Banyuwangi yang memberikan bantuan pada anak dengan berkebutuhan. Fokus yayasan ini pada pendidikan, terapi dan pengembangan keterampilan hidup. Yayasan Matahari Banyuwangi bertujuan untuk memberikan layanan pelatihan dan konseling belajar yang khusus bagi anak dengan berkebutuhan dan disesuaikan dengan kebutuhan anak, khususnya ketidakmampuan belajar, atau kesulitan belajar spesifik dan anak-anak pada umumnya yang ingin mengembangkan potensi dalam dirinya. Yayasan Matahari juga bertujuan agar dapat membantu orang tua, sekolah dan masyarakat dalam membimbing dan melatih individu berkebutuhan khusus sehingga mampu mandiri serta berkontribusi dalam masyarakat

Peneliti melakukan wawancara terhaap beberapa guru di Yayasan Matahari Banyuwangi dan dapat diketahui bahwasanya guru mengalami kelelahan fisik maupun emosi didalam proses belajar mengajar dengan anak berkebutuhan. Hal ini disebabkan karena pada saat menghadapi perilaku anak yang sering kali berubah-ubah dan tidak kondusif. Hambatan lain yang dirasakan seperti halnya kelelahan dalam segi fisik dan juga kelelahan emosi yang dirasakan yakni disebabkan karena sering kali dalam menghadapi perilaku anak berkebutuhan khusus kondisi anak-anak yang tidak kondusif dan sering berubah ubah. Keadaan kelehan fisik yang dialami seperti halnya ketika anak- anak tidak *mood* sejak berangkat dari rumah maka akan berdampak pula pada kegiatan belajar. Didalam kegiatan belajar mereka akan susah mendengarkan perintah dari guru dan akan memberikan respon penolakan dengan melakukan tindakan seperti memukul, menyubit dan menggigit guru. Kelelahan emosi yang dialami tidak hanya dalam mendidik anak -anak saja tetapi juga adanya tuntutan dari para wali dari anak dengan kebutuhan khusus yang menginginkan progres perkembangan anak berkembang pesat. Disisi lain para anak berkebutuhan khusus hanya mendapatkan stimulus dari sekolah saja, sedangkan ketika dirumah anak-anak tidak diberikan atau minim stimulus dari para orang tua ²⁴

Berdasarkan beberapa fenomena yang terjadi pada guru anak berkebutuhan khusus tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian hubungan antara efikasi diri dalam mengajar dengan tingkat stress pada guru anak berkebutuhan khusus di Yayasan Matahari Banyuwangi.

Metode Penelitian

Dalam penelitian ini fokus informasi yang diberikan yakni penggunaan angka yang didasarkan pada kenyataan-kenyataan yang ada yang bisa dikelompokkan, konsisten, realistis, terukur dan juga bisa diamati menggunakan statistik sehingga penekatan penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif²⁵. Jenis penelitian ini dipilih oleh peneliti dikarenakan sesuai dengan penelitian yang dilakukan yakni

²⁴ Sella, diwawancarai oleh penulis, Banyuwangi, 25 Oktober 2022

²⁵ 11 Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D, 8

digunakan untuk mengetahui hubungan antara satu variabel dengan variabel yang lainnya. Pada penelitian ini memiliki dua variabel yakni variabel efikasi diri sebagai variabel independen dan variabel tingkat stress sebagai variabel dependen. Pada penelitian ini menggunakan keseluruhan guru anak berkebutuhan khusus di Yayasan Matahari Banyuwangi sebagai populasi alam penelitian dengan jumlah populasi yakni 37 guru dengan sampel yang dipakai dalam penelitian ini yakni menggunakan keseluruhan populasi dikarenakan populasi yang sedikit dan peneliti ingin membuat generalisasi dengan minim kesalahan.

Dalam mengumpulkan data peneliti memakai angket (kuesioner) yang dipakai pada penelitian ini. Dalam penggunaan kuesioner peneliti menggunakan skala likert yang sudah di modifikasi dengan menggunakan 4 pilihan jawaban yakni, Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS). Adapun pada skala efikasi diri terdapat 37 item pernyataan yang sudah di buat oleh peneliti yang sudah dilakukan validasi isi dan validasi konstruk yang disusun berdasarkan teori efikasi diri oleh Bandura dengan tiga aspek yakni aspek tingkat (*level*), kekuatan (*strength*), dan generalisasi (*generality*). Sedangkan untuk skala tingkat stress sendiri terdapat 53 item pernyataan yang sudah di buat oleh peneliti yang sudah dilakukan validasi isi dan validasi konstruk yang disusun berdasarkan teori Bherer & Newman yang meliputi aspek *Psikologis*, *Fisiologis* dan perilaku.

Hasil dan Pembahasan

Bandura mengatakan bahwa efikasi diri mengarah akan kepercayaan dan kecakapan untuk mengurus serta melaksanakan berbagai perilaku yang dibutuhkan guna mengendalikan keadaan yang di hadapi²⁶ Efikasi diri mengarah pada keyakinan dalam diri seseorang akan kemampuan didalam menyelesaikan tugas yang ada, maka dalam hal ini ketika efikasi diri dalam individu semakin tinggi maka keyakinan dalam meraih keberhasilan akan juga akan meningkat.²⁷ Bagi guru anak berkebutuhan khusus efikasi diri ini penting karena berkaitan dengan keyakinan akan kemampuan didalam penyelesaian tugasnya sebagai guru anak berkebutuhan khusus. Artinya efikasi diri dalam mengajar berkaitan dengan keyakinan akan kemampuan didalam pembelajaran bagi ABK. Sehingga efikasi diri dalam mengajar ini penting bagi guru ABK.

Safarino mengungkapkan stress merupakan anggapan situasi individu dari interaksi antar individu dengan lingkungan sekitar yang menyebabkan ketidakharmonisan antara tuntutan situasi dan sumberdaya biopsikososial. Secara umum pengertian stress terjadi apabila individu dihadapkan dengan keadaan dimana individu merasakan sebagai sesuatu yang mengancam kesehatan fisik maupun psikologisnya. Dalam penelitian ini stress diartikan sebagai sesuatu kondisi yang tumbuh dalam hubungan antara individu dengan pekerjaan diantara tuntutan dan kecakapan yang di punya sebagai guru anak berkebutuhan khusus.

²⁶ Sri Florina Laurence Zagot, "Efikasi Diri Dalam Proses Pembelajaran", Volume 2 Nomor 2, Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran, Desember 2019, 388.

²⁷ Nyoman Wiraadi Tria Ariani, "Peran Efikasi Diri Guru Dalam Pendidikan Anak Usia Dini", Volume 6, No. 1, Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, April 2021, 98

Pada penelitian ini data disajikan dalam bentuk tabel dan juga sesuai dengan keterangan. Berikut disajikan tabel mengenai data hasil perhitungan statistik skala efikasi diri dan skala tingkat stress

Tabel 1. Deskripsi Statistik

	N	Range	Minimal	Maksimal	Rata-rata	Std. Defiasi
Efikasi Diri	37	61	68,00	129,00	94,4054	10,78955
Tingkat Stres	37	94	97,00	191,00	152,7297	18,42500

Sumber : Diolah dari SPSS

Pemakaian analisis data yang digunakan yakni memakai analisis data deskriptif pada skala efikasi diri dapat dilihat bahwa nilai dari range adalah 61, minimal adalah 68.00, maksimal adalah 129.00, rata-rata adalah 94,4054 an nilai Std. Defiasi adalah 10,78955 sesuai dengan tabel diatas. Sedangkan nilai yang didapatkan dari skala tingkat stress yakni pada nilai range adalah 94, minimal adalah 97,00 maksimal adalah 191,00 rata-rata adalah 152,7292 an nilai Std. Defiasi adalah 18,42500.

Guna mengetahui tingkat efikasi diri dan juga tingkat stress pada guru anak berkebutuhan khusus di Yayasan Matahari, maka ilakukan kategorisasi data pada masing-masing variabel sesuai dengan rumus kategorisasi berikut ini sesuai dengan hasil analisis yang telah diperoleh

Tabel 2. Rumus Kategorisasi Jenjang Efikasi Diri

Kategorisasi	Rumus	Nilai
Rendah	$X < M - 1SD$	$X < 83$
Sedang	$M - 1SD < X < M + 1SD$	$83 < X < 105$
Tinggi	$M + 1SD < X$	$105 < X$

Tabel 3. Kategorisasi Efikasi Diri

		Efikasi Diri		
		Frekuensi	Persentase	Valid Persentase
Valid	Rendah	7	18,9	18,9
	Sedang	29	78,4	78,4
	Tinggi	1	2,7	2,7
	Total	37	100,0	100,0

Sumber : diolah dari SPSS

Hasil dari kategorisasi pada tabel tersebut, bisa dilihat bahwasannya ada sejumlah 7 responden yang mendapat nilai efikasi diri yang rendah dengan presesntase 18,9% dan 29 responden yang berada pada nilai efikasi diri sedang dengan presesntase 78,8% serta terdapat 1 responden dengan presentase 2,7% yang memiliki efikasi diri yang tinggi.

Tabel 4. Rumus Kategorisasi Jenjang Tingkat Stres

Kategorisasi	Rumus	Nilai
Rendah	$X < M - 1SD$	$X < 134$
Sedang	$M - 1SD < X < M + 1SD$	$134 < X < 170$
Tinggi	$M + 1SD < X$	$170 < X$

Tabel 5. Kategorisasi Tingkat Stres
Tingkat Stres

		Frekuensi	Persentase	Valid Persentase
<i>Valid</i>	Rendah	4	10,8	10,8
	Sedang	28	75,7	75,7
	Tinggi	5	13,5	13,5
	Total	37	100,0	100,0

Sesuai dengan kategorisasi pada tabel tersebut, maka bisa diketahui bahwa ada sejumlah 4 responden dengan nilai tingkat stres yang rendah atau setara dengan persentase 10,8 % dan 28 responden yang memiliki nilai tingkat stress yang sedang dengan persentase 75,7% serta terdapat 5 responden yang mengalami tingkat stress yang tinggi dengan persentase 13,5%

Pada penelitian ini juga melewati serangkaian pengujian yang digunakan, uji prasarat dan uji hipotesis digunakan dalam penelitian ini. Untuk mengetahui kenormalan pada sebaran data dilakukan dengan uji normalitas. Pengujian normalitas data dalam penelitian ini yang dipakai adalah pengujian memakain uji normalitas Kolmogorof-Smirnov yang mana uji tersebut merupakan uji yang dinyatakan efektif ketika digunakan pada sampel dengan jumlah besar/ kecil juga pada sampel kurang dari 50 atau lebih dari 50.

Tabel 6. Hasil Uji Normalitas

<i>Variabel</i>	<i>Sig.</i>	<i>Keterangan</i>
<i>Efikasi diri dan tingkat stres</i>	0,200	Normal

Sumber : Diolah dari SPSS

Data dinyatakan normal apabila nilai sig. yang di peroleh $> 0,05$ bisa dilihat, nilai dari signifikansi (Sig) yang didapatkan yakni 0,200. Maka bisa dilihat berdasarkan temuan data bahwasannya variabel dari Efikasi Diri dan Variabel Tingkat Stres berdistribusi normal karena $0,200 > 0,05$

Guna melihat kedua variabel memiliki hubungan linier atau tidaknya perlu dilakukan uji linieritas. Pengujian linieritas dapat dilihat dari nilai *deviation from linierity* pada tabel *anova*. Data berlinier apabila *deviation from linierity* bernilai $> 0,05$. Jika nilai yang didapatkan $> 0,05$ artinya data linier sesuai dengan pedoman uji linieritas.

Tabel 7. Hasil Uji Linieritas

<i>Variable</i>	<i>Deviation from Linearity</i>	<i>Keterangan</i>
<i>Efikasi diri dan tingkat Stres</i>	0,149	Linier

Sumber : diolah dari SPSS

Berdasarkan tabel uji linieritas diatas menunjukkan bahwa data penelitian efikasi diri dan tingkat stres dengan nilai signifikansi yang diperoleh yaitu 0,149 yang berarti adanya nilai signifikansi $> 0,05$ sehingga data tersebut linier.

Uji korelasi yang digunakan bertujuan untuk mengetahui hubungan diantara variabel penelitian yakni variabel dependen dan variabel independen. Dalam penelitian ini uji korelasi yang digunakan yakni *product moment pearson*. Penggunaan *product moment pearson* dengan asumsi bahwa data yang dipakai merupakan data interval, data berdistribusi normal, dan data harus berlinier. Data dinyatakan berhubungan apabila nilai Sig. yang didapatkan adalah $< 0,05$ dan jika data $> 0,05$ maka data dinyatakan tidak berhubungan. Kekuatan dari hubungan diantara variabel dilihat dari besar nilai r yang ada di tabel uji korelasi *product moment pearson* yang sesuai dengan pedoman interpretasi nilai r.

Tabel 8. Interpretasi nilai r

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,00 - 0,19	Sangat Rendah
0,20 - 0,39	Rendah
0,40 - 0,59	Sedang
0,60 - 0,79	Kuat
0,80 - 1,00	Sangat Kuat

Berikut ditampilkan hasil uji korelasi variabel efikasi diri dalam mengajar dengan tingkat stress menggunakan *product moment pearson*.

Tabel 9. Hasil Uji Korelasi *Product Moment Pearson*

Variabel	Sig.	Nilai r	Keterangan
Efikasi diri dan tingkat stress	0,000	-0,831	Berkorelasi kuat

Sumber: diolah dari SPSS

Jika dilihat dari tabel yang sudah dipaparkan diatas pada uji hipotesis, maka diketahui bahwa antara efikasi diri dengan tingkat stress terdapat adanya hubungan secara signifikan, nilai Sig yang didapatkan yakni 0,000 $< 0,05$. Nilai perhitungan (*Pearson Correlation*) yang diperoleh sejumlah -0,831. Dan pada nilai (0.800-1.000) termasuk kedalam masuk kedalam kategorisasi yang sangat kuat dalam korelasi berdasarkan pada panduan tabel tingkat korelasi yang dipakai. Sehingga efikasi diri memberikan sumbangan sebesar 83,1% pada tingkat stres dengan hal tersebut maka, pengaruh efikasi diri dalam mengajar pada guru anak berkebutuhan khusus di Yayasan Matahari Banyuwangi sebesar 83,1% sedangkan 16,9% dari stres bisa dipengaruhi oleh variabel yang lain diluar dari variabel efikasi diri

Efikasi diri dengan tingkat stres adalah dua hal yang berbeda tetapi, kedua hal tersebut terdapat adanya makna yang saling berkesinambungan. Seorang guru anak berkebutuhan khusus yang mempunyai efikasi yang bagus akan mempengaruhi seseorang pada penyelesaian beragam persoalan yang dihadapi termasuk dalam hal ini yaitu pada lingkungan kerja maupun lingkungan sosialnya. Bagaimana seseorang merasa, berpikir, memotivasi dan berperilaku dapat ditentukan oleh efikasi diri mereka.²⁸ Sejalan dengan hal ini juga pernah dilakukan penelitian yang dilakukan Lee dan Bobko, dalam penelitian tersebut memaparkan bahwasannya individu dengan efikasi diri rendah pada saat-saat tertentu akan meluapkan segala perhatian yang dimilikinya berdasarkan dengan tuntutan dalam mencapai tujuan kinerja yang sudah ditentukannya.²⁹ Berbeda apabila individu memiliki efikasi diri yang bagus, hal tersebut akan membuat individu lebih fokus dengan apa yang dikerjakannya dan berfokus pada tujuan yang hendak dicapainya meskipun terdapat rintangan dan juga persoalan yang rumit individu tidak akan mudah menyerah untuk mencapai suatu tujuan.

Efikasi diri menurut Bandura merujuk pada keyakinan dan kecakapan untuk mengelola juga melakukan perbuatan yang dibutuhkan guna mengelola keadaan yang hendak di hadapi³⁰ Efikasi diri mengarah pada keyakinan yang ada dalam diri individu akan kemampuan dalam menyelesaikan tugas yang ada, maka dalam hal ini ketika efikasi diri dalam individu sekin tinggi maka keyakinan dalam meraih keberhasilan akan semakin tinggi pula.

Silverman, mengungkapkan bahwa stres merupakan respon yang diberikan oleh tubuh akan perubahan yang membutuhkan respon dari fisik, psikologis dan emosional. Stress bisa disebabkan oleh situasi, keadaan dan pikiran yang menyebabkan individu merasakan kemarahan, kegugupan, frustasi dan kecemasan.³¹ Oleh karena itu individu yang mengalami stres akan mengalami respon negatif yang berlebih dalam diri yang berkaitan dengan fisik, mental dan perilaku dalam diri individu.

Sejalan dengan pendapat Beehr & Newman stress kerja merupakan suatu kondisi yang tercipta dalam hubungan antara individu pada pekerjaannya.³² Mengacu pada teori dari Beehr dan Newman ada beberapa aspek stress yaitu berdasarkan dengan aspek *psikologis*, yakni berupa reaksi dari gejala psikis atau kondisi tertekan yang dirasakan oleh individu, aspek *fisiologis* yakni respon yang diberikan oleh tubuh ketika tubuh dalam keadaan tertekan dan aspek perilaku yang merupakan reaksi dari kondisi fisik yang disalurkan melalui sikap dan perilaku. Salah satu penelitian mengenai efikasi diri dalam mengajar dengan tingkat stres seperti salah satunya penelitian yang sudah dilaksanakan oleh Rahayu Pertiwi Sari dan Agustin Handayani tentang Hubungan Efikasi

²⁸ Sarah Ulfa, "Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Burnout Dan Perbedaannya Berdasarkan Gender (Studi Empiris Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi)" *Journal of Psychology, Religion and Humanity*, Vol. 3, No. 1 (2021), Page 24 of 12

²⁹ Dian Rizki Noviawati, "Pengaruh Self Efficacy Terhadap Kinerja Karyawan Dengan Motivasi Sebagai Variabel Intervening" *Jurnal Ilmu Manajemen* Vol.4 (3) hal.2

³⁰Sri Florina Laurence Zagot,"Efikasi Diri Dalam Proses Pembelajaran", Volume 2 Nomor 2, *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran*, Desember 2019, 388.

³¹ Lina Nur Hidayati, Mugi Harsono, "Tinjauan Literatur Mengenai Stres Dalam Organisasi", *jurnal Ilmu Manajemen*, Volume 18, Nomor 1, 2021 hal 21

³² Dea Gitta Angwen, "Hubungan Antara Lingkungan Fisik Dan Beban Kerja Dengan Stres Kerja Pada Pt Panggung Electric Citrabuana" : *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya* Vol.6 No.2, 2017. Hal 579

Diri Dan Stres Kerja Pada Guru Sekolah Luar Biasa Negeri Semarang³³. Selain itu penelitian lain yang berkaitan dengan efikasi diri dalam mengajar dan stres juga dilakukan oleh Rodliati dan Marshush tentang *Hubungan Self Efficacy Dalam Mengajar Dengan Stres Kerja Pada Guru Kelas Inklusi dan* berdasarkan dari kedua penelitian tersebut menjelaskan menunjukkan bahwasannya antara efikasi diri dalam mengajar dengan tingkat stres kerja saling berhubungan dan terdapat adanya hubungan yang negatif.

Hasil penelitian yang sudah dilakukan oleh peneliti terkait efikasi diri dalam mengajar dengan tingkat stres pada guru anak berkebutuhan khusus di Yayasan Matahari Banyuwangi menunjukkan bahwasannya hasil yang didapatkan yakni terdapat adanya hubungan antara efikasi diri dalam mengajar dengan tingkat stres pada guru anak berkebutuhan khusus dan terdapat hubungan yang sangat kuat. Hal tersebut bisa dibuktikan dengan melihat nilai r yang didapatkan yakni $-0,831$ dan dengan hasil tersebut menunjukkan bahwasannya nilai $-0,831$ yang didapatkan berada pada rentang $0,800 - 1,000$ dan pada rentang tersebut berada pada kategori tingkat hubungan yang sangat kuat. Sehingga dalam penelitian ini juga meneguhkan penelitian terdahulu mengenai hubungan antara efikasi diri dalam mengajar dengan tingkat stres pada guru anak berkebutuhan khusus serta penelitian ini juga dapat membuktikan bahwa adanya hubungan antara efikasi diri dalam mengajar dengan tingkat stres pada guru anak berkebutuhan khusus di Yayasan Matahari Banyuwangi.

Simpulan

Hasil analisis yang didapatkan dari hasil olah data dalam penelitian yang sudah dilaksanakan menunjukkan bahwasannya hasil yang didapatkan terkait hubungan antara efikasi diri dalam mengajar dengan tingkat stres pada guru anak berkebutuhan khusus di Yayasan Matahari Banyuwangi memiliki nilai Sig. $0.000 < 0.05$ hal tersebut menandakan bahwasannya terdapat hubungan antara efikasi diri dalam mengajar dengan tingkat stres pada guru anak berkebutuhan khusus di Yayasan Matahari Banyuwangi. Dengan perolehan nilai koefisien korelasi yang didapat $-0,831$ menunjukkan bahwasannya efikasi diri dalam mengajar dengan tingkat stress berada pada tingkat yang sangat kuat. Sehingga dalam penelitian ini efikasi diri memberikan sumbangan pengaruh sebesar $83,1\%$ sedangkan $16,9\%$ dari stres bisa dipengaruhi oleh variabel lain diluar efikasi diri.

Penelitian yang sudah dilaksanakan ini diharapkan mampu untuk meningkatkan efikasi diri dalam mengajar bagi guru anak berkebutuhan khusus di Yayasan Matahari Banyuwangi dan keterkaitanya dengan tingkat stres, sehingga dengan efikasi diri yang baik yang dimiliki oleh guru didalam proses pembelajaran akan mengoptimalkan pelaksanaan pembelajaran dalam kegiatan belajar mengajar sehingga mampu meningkatkan mutu belajar yang lebih baik. Juga untuk peneliti selanjutnya hendak melakukan penelitian serupa diharapkan, untuk menambah/ menggunakan ukuran sampel yang lebih luas lagi juga mengembangkan variabel penelitian yang belum dibahas guna mendapatkan hasil yang lebih maksimal.

Daftar Pustaka

³³ Rahayu Pertiwi Sari dan Agustin Handayani, "Hubungan Efikasi Diri Dan Stres Kerja Pada Guru Sekolah Luar Biasa Negeri Semarang" jurnal proyeksi, vol 12 (2)2017 hal.53

- Amin, M., (2017), "*Sikap Guru Kelas Terhadap Anak Berkebutuhan Khusus di Sekolah Dasar Inklusif Wilayah Kabupaten Magelang*" Jurnal Widia Ortodidaktika Vol 6 No 3.
- Atkison, L., R., dkk, "Pengantar Psikologi Jilid 2", (Tangerang: Interkasara Publisher).
- Arifah, L, F., dkk., (2019), "*Menanamkan efikasi diri dan kesetabilan emosi*", (Jombang: LPPM unhasy Tebuireng Jombang)
- Fandi., M., Rocjmawati., F., M. (2017), "Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Beban Kerja Guru Di Sekolah Luar Biasa", Vol 5 No 2, Jurnal Keperawatan Jiwa.
- Faramita, B, S., Sesili, P, A., (2022), "*Hubungan Antara Efikasi Diri Dan Stres Kerja Pada Guru SLB Daerah Tapanuli Bagian Selatan*", vol 3 (1), Jurnal Islamika Granada.
- Gita D, A., (2018), "Hubungan Antara Lingkungan Fisik Dan Beban Kerja Dengan Stres Kerja Pada Pt Panggung Electric Citrabuana": Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya Vol.6 No.2.
- Hidayati, N., L., Harsono, M, (2021). "Tinjauan Literatur Mengenai Stres Dalam Organisasi", Jurnal Ilmu Manajemen, Volume 18, Nomor 1.
- Husmiati, (2018). "Stres Kerja Dari Perspektif Teori Sistem-Ekologi" Vol.4, No.03, Sosio Informa.
- Irdamurni, (2018). "Memahami Anak Berkebutuhan Khusus", (Jawa Barat : Goresan Pena)
- Kartika, R, C., (2012), "Tinjaun Psikologis Kesiapan Guru Dalam Menangani Peserta Didik Berkebutuhan Khusus Pada Program Inklusi (Studi Deskriptif Di SD Dan SMP Sekolah Alam Ar-Ridho)", Educational Psychology Journal 1 (1).
- Marwan., Adnan Rajak., Yall, M., A., (2018), "*Pengaruh Locus Of Control Dan Self-Efficacy Terhadap Komitmen Organisasi Pegawai Pada Balai Latihan Kerja (BLK) Di Kota Ternate*" Jurnal Manajemen Sinergi (JMS), Vol. 6, No. 1.
- Nyoman, W., Ariani, T., (2021), "*Peran Efikasi Diri Guru Dalam Pendidikan Anak Usia Dini*", Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Volume 6, No. 1.
- Pertiwi, R, S., Handayani, A., "Hubungan Efikasi Diri Dan Stres Kerja Pada Guru Sekolah Luar Biasa Negeri Semarang" jurnal proyeksi, vol 12 (2).
- Putri, M., K., Sudarto, Z., "Studi Deskriptif Kompetensi Guru Dalam Proses Pembelajaran Anak Berkebutuhan Khusus".
- Rizki, D., N., "*Pengaruh Self Efficacy Terhadap Kinerja Karyawan Dengan Motivasi Sebagai Variabel Intervening*" Jurnal Ilmu Manajemen Vol.4 (3).
- Sugiyono, "Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D"
- Titik, K., (2016), "*Self Regulated Learning* ,(Yogyakarta: Sanata Dharma University: 2016)
- Ulfa., S., (2021), "*Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Burnout Dan Perbedaannya Berdasarkan Gender (Studi Empiris Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi)*", Journal of Psychology, Religion and Humanity, Vol. 3, No. 1.
- Yuli G,A., Widhiastuti, A., Dewi, A., (2018), "*Sress Kerja*", (Semarang: Semarang University Press.
- Zagot Sri Florina Laurence, F, S., (2019), "*Efikasi Diri Dalam Proses Pembelajaran*", Volume 2 Nomor 2, Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran,